

# Mein Körper gehört mir

*„Wenn wir ein Ja-Gefühl haben, können wir Ja sagen, wenn wir ein Nein-Gefühl haben, können wir Nein! Sagen. Wir können anderen sagen, wie wir uns fühlen, wenn wir berührt werden.“*

Einander durchkitzeln ist toll und auch beim sanften Bürsten durch die Haare hat man ein positives Gefühl. Doch wenn der Nachbar einem beim Halten des Tennisschlägers an den Po fasst, löst dies ein Nein-Gefühl aus. Es gibt Berührungen, die wir nicht wollen. Davon und wie man auf sie reagiert, handeln die Spiel- und Interaktionsszenen von „Mein Körper gehört mir!“.

Seit 1994 ist die Theaterpädagogische Werkstatt mit ihrem Präventionsprogramm gegen sexuelle Gewalt an den Schulen im Bundesgebiet zu Gast. An drei Freitagen im November wurden unseren Schülerinnen und Schülern der dritten und vierten Klasse die interaktiven Spielszenen für jeweils eine Schulstunde gezeigt.

Die einzelnen Teile des Programms widmeten sich den Themen Ja- und Nein-Gefühle, sexueller Missbrauch durch Fremde und durch Täter aus dem Nahbereich der Kinder. Trotz der ernsthaften Inhalte wurde viel gelacht, gesungen und über die von den beiden Darstellern gespielten Szenen diskutiert. Den Kindern wurde erklärt, was sexueller Missbrauch ist. Sie wurden aufgefordert ihren Gefühlen zu trauen und sie erfuhren, dass jeder das Recht hat, „Nein!“ zu sagen, wenn eine Berührung unangenehm ist oder wenn ein anderer die persönlichen Grenzen überschreitet. Wissen macht stark! Je besser Kinder informiert sind und ihre eigenen Wahrnehmungen und Gefühle einschätzen können, desto besser sind sie geschützt. Sie werden ermutigt, ihren Nein-Gefühlen zu vertrauen, anderen davon zu erzählen und sich Hilfe zu holen, wenn sie Hilfe benötigen. Es gibt Grenzen, die niemand überschreiten darf! Dies ist die eindeutige Botschaft, die die Kinder mit nach Hause nehmen können.

Eine besondere Bedeutung hat hierbei der Austausch mit den Kindern, denn sie werden angeregt Fragen zu stellen, Vorschläge zu machen und sich allgemein mitzuteilen.

An dem von den Darstellern veranstalteten Elternabend, der bereits vor den Herbstferien in Ittersbach stattfand, wurden alle Spielszenen dargestellt. Ebenso das Lied „Mein Körper, der gehört mir...“ erlernt, das sich wie ein roter Faden durch alle Theateraufführungen zog. So bekamen die teilnehmenden Eltern die besten Voraussetzungen, mit ihren Kindern nach den Aufführungen in den Klassen über das Erlebte zu sprechen. Dabei erkannten sie, dass Prävention auch gut unterhalten kann! Nach und während der Aufführung hatten alle die Möglichkeit mit den Darstellern und den anwesenden Lehrern ins Gespräch zu kommen.

Wir bedanken uns ganz besonders bei dem Verein „Menschen gegen Kindesmissbrauch e.V.“, die uns das Projekt durch ihre großzügige Spende ermöglicht haben!



